

Ystävät, varokaa kuilua!

OSMO TAMMISALO

Kansanterveydessä tapahtuvat vähittäiset muutokset eivät johdu geneettisistä muutoksista. Samoin valtioiden tai sosiaaliluokkien väliset terveyserot eivät johdu geneettisistä eroista. Ilmiöt johtuvat pikemminkin sosiaalisen ympäristön muuttumisesta ja sosiaalisten ympäristöjen välisistä eroista. Tämä on ollut terveyseroja tutkineen Richard Wilkinsonin sanoma jo vuosien ajan. Hänen mukaansa sosioekonomiset seikat tekevät joidenkin yhteisöjen ja ryhmien jäsenistä muita terveempiä ja pitkäikäisempiä.

Ympäristön terveysvaikutukset voivat olla suoria, kuten vaikkapa vitamiinipuutostiloissa tai altistumisessa säteilylle. Mutta ympäristön olosuhteet vaikuttavat terveyteen myös epäsuorasti sen kautta, miten ympäristö vaikuttaa omakohlaiseen kokemukseemme elämästä. Ja siinä sosiaalinen ympäristö on etusijalla. Wilkinson on siitä harvinainen tapaus, että vaikka hän korostaa sosiaalisia tekijöitä, hän ymmärtää myös sen, miten ne liittyvät biologisiin tekijöihin. Hänen mielestään populaation terveyteen vaikuttavista sosiaalisista ympäristötekijöistä on vaikea saada selkoa ilman evoluutioteorian tuntemusta. Jotta tietäisimme, kestääkö laiva myrskyn, meidän täytyy tuntea paitsi myrsky mutta myös laivan ominaisuudet, sen vakaus, kelluvuus ja rungon vahvuus.

Wilkinsonin mukaan hyvinvointivaltioissa terveys ja sosioekonomiset olosuhteet liittyvät toisiinsa lähinnä yksilöiden ahdistuneisuuden ja stressaantuneisuuden kautta. Ja evoluutioteoria/-biologia valaisee sitä, miksi jotkin osat sosiaalisessa ympäristössä tuottavat ahdistuneisuutta/stressiä. Evoluutiivinen ajattelu paljastaa myös sen, miten stressireaktiot tavallaan tasapainoilevat hyötyjen ja haittojen välillä: ahdistumisen aikaansaamilla reaktioilla on biologisesti hyödyllisiä ja välttämättömiä tehtäviä, mutta jatkuessaan ne saavat aikaan myös negatiivisia terveysvaikutuksia.

Tuloerot ja terveys

Mind the Gap -kirjassa (2001)¹ Wilkinson painottaa havaintoa, että ihmiset elävät pidempään yhteisöissä, joissa rikkaiden ja köyhien välillä on pienet tuloerot. Tämä johtuu hänen mukaansa suurelta osin siitä, että tasa-arvoisemmat yhteisöt ovat vähemmän stressaavia: ihmiset luottavat toisiinsa enemmän ja ovat vähemmän vihamielisiä ja väkivaltaisia toisiaan kohtaan. Wilkinson listaa myös muita terveyseroihin vaikuttavia sosiaalisia tekijöitä: alhainen sosiaalinen status (erotettuna vähäisemmistä materiaalisista resursseista, jotka siihen yleensä liittyvät), vähäiset ystävyysuhteet ja sosiaaliset verkostot sekä itsenäisyyden- ja kontrollintunteen puute.

Wilkinsonin mukaan populaation terveyden ja psykososiaalisen hyvinvoinnin kannalta on ratkaisevaa se, missä määrin yksilöiden väliset suhteet rakentuvat solidaarisuutta ja yksilöiden yhteenliittymistä edistävästä strategioista ja missä määrin konflikteja synnyttävistä dominanssistrategioista. Ja se, minkälainen strategia on vallalla, riippuu hänen mielestään pitkälti siitä, kuinka tasa-arvoinen yhteiskunta on. Taloudellinen epä-tasa-arvo siis vaikuttaisi sosiaalisen ympäristön laatuun ja tätä kautta populaation henkiseen hyvinvointiin. Populaation terveys ei niinkään olisi kiinni terveydenhuollon tasosta vaan pikemminkin sosiaalisista ja taloudellisista olosuhteista, joissa ihmiset elävät ja tekevät työtä.

Wilkinsonin kirjan mukaan joidenkin ryhmien väliset terveyserot säilyvät silloinkin, kun tutkimuksissa otetaan huomioon tupakointi, ruoka-

¹Kirjan nimi *Mind the Gap* tulee Lontoon metron kuulutuksesta, jossa kehoitetaan varomaan – ei tuloeroja – vaan laiturin ja junan välistä kuilua.

valio, liikunnan määrä ja muut terveyteen vaikuttavat elintapatekijät. Eräissä Wilkinsonin raportoimassa tutkimuksessa alhaisimmalla tasolla työskentelevien virkamiesten kuolleisuus oli nelinkertainen verrattuna korkeampi-arvoisiin virkamihiin. Ero näkyi, vaikka aineistossa otettiin huomioon sekä terveyskäyttäytyminen että muut riskitekijät, kuten kolesterolitaso, verenpaine, verenokeri ja yksilön pituus.

Kun 1970-luvulla huomattiin, että terveyserot eivät pääosin johdukaan terveyskäyttäytymisestä tai terveydenhuollon tasosta, useimmat alalla työskentelevät kuvittelivat aluksi, että erojen täytyy johtua sosiaaliluokkien välisistä materiaalisista eroista. Näytti siltä, kuin huomio olisi kiinnitettävä asumisoloihin, saastumiseen, huonoon ruokavalioon, riittämättömään lämmitykseen tai muihin vastaaviin seikkoihin. Suuri osa tutkijoista ja terveydenhuollon ammattilaisista oletti, että avaintekijät olivat ihmisten ja materiaalistien asioiden välillä.

Sitten tutkimus on vähitellen muuttanut kuvaa terveyteen vaikuttavista tekijöistä ainakin hyvinvointivaltioissa. Psykososiaalisten tekijöiden korostaminen ei Wilkinsonillekaan toki tarkoita sitä, että suorat materiaaliset vaikutukset eivät olisi tärkeitä. Mutta monelle lieenee yllätys se, kuinka voimakkaita *suhteellisen* puutteen epäsuorat vaikutukset ovat. Syy tähän saattaa olla hyvinkin yksinkertainen. Lajitoverit – koska heillä on samanlaiset perustarpeet – ovat aina olleet pahimpia kilpailijoitamme asumisen, työpaikkojen, puolisoiden, ruoan yms. suhteen. Mutta lajitoverit ovat myös ainoita, joilta voimme saada apua, ystävyyttä, oppia, hoivaa ja turvaa. Sosiaalisten suhteiden laatu on läpi evoluutiohistoriamme ollut ratkaisevaa myös materiaaliselle hyvinvoinnille. Olemme hävinneet tai voittaneet riippuen sosiaalisista suhteistamme.

Vähän köyhiä vai pienet tuloerot?

Evoluutiohistoriallista taustaa vasten on helpompi ryhtyä vastaamaan usein esitettyyn kysymykseen siitä, ovatko arvoasteikon alapäässä olevat haavoittuvampia kaikkien kohtaamille riskitekijöille? Vai johtuvatko terveyserot sittenkin siitä, että jotkut vain altistuvat muita enemmän näille riskitekijöille? Wilkinson aloittaa pohtimisen valtioiden välisistä vertailuista (2001, 10):

”Huolimatta tulojen ja terveyden välisestä voi-

makkaasta yhteydestä valtioiden sisällä, kun katsotaan eroja rikkaiden teollisuusmaiden välillä, löydetään parhaimmillaankin vain heikko yhteys keskimääräisten tulojen tai terveystilastoiden välillä. – Jopa USA:n osavaltioissa, joiden välillä kulttuurierot ovat pienempiä kuin eri maiden välillä, kuolleisuuden ja osavaltion keskitulon välillä ei ole yhteyttä. Kuitenkin kunkin osavaltion sisällä on selkeä yhteys tulojen ja terveyden välillä. – Terveyteen vaikuttavat siis lähinnä suhteelliset, eivät absoluuttiset tulot.”

Matt Ridley (2003) käsitteli samaa asiaa yksilön terveyden ja lapsen kehittymisen kannalta. Jos yksilö ei saa riittävästi C-vitamiinia, hän saa keripukin. Mutta jos hän saa vitamiinia riittävästi, ylimääräinen annos ei tee häntä yhtään terveemmäksi. Samoin lasten täytyy saada riittävästi rakkautta, kiintymystä, kiinnostusta ja stimulaatiota kotonaan, mutta ylimäärä näitä ei tee hänestä yhtään parempaa ihmistä. Kärjistäen sanottuna lapsi, jolla on vain yksi lelu, on paljon huonommassa asemassa kuin lapsi, jolla on kymmenen lelua, mutta lapsi, jolla on kymmenen lelua, tuskin on huonommassa tilanteessa kuin lapsi, jolla on sata lelua tai – kuten nykylapsilla tuntuu olevan – tuhansia leluja. Olettaen tietysti, että kymmenen lelun lapsi ei joudu vertailemaan kokoelmaansa tuhannen lelun lapsen kanssa.

Toisin sanoen silloin, kun tulot liittyvät sosiaaliseen statukseen, kuten valtioiden sisällä, ne liittyvät myös terveyteen. Ja silloin, kun tuloerot merkitsevät vähän yksilöiden hierarkkisen aseman kannalta, kuten valtioiden välillä, tuloilla on vain vähän vaikutusta terveyteen. Wilkinsonin (2001, 11) mukaan ”tilastollinen analyysi osoittaa, että tulojen epätasa-arvoisuus vaikuttaa terveyteen riippumatta keskimääräisistä elinoloista, absoluuttisessa köyhyydessä olevien suhteellisesta määrästä ja tupakoinnin yleisyydestä”. Hän jatkaa, että tasa-arvoisempien yhteiskuntien parempi terveys voisi tulla johtua siitä, että köyhien terveys on herkempi reagoimaan tuloissa tapahtuviin muutoksiin. Jokainen 1 000 euroa, joka ohjataan rikkailta köyhille, parantaa köyhien terveyttä enemmän kuin huonontaa rikkaiden terveyttä, mikä nostaisi väestön keskimääräistä terveystasoa. Mutta kun tämäkin vaikutus otetaan huomioon, Wilkinsonin mielestä ”näyttää yhäkin siltä kuin tasa-arvoisemmassa yhteiskunnassa elämisestä olisi merkittäviä lisähyötyjä terveydelle”.

Onko sitten tarpeen erottaa näitä kahta vaikutusta? Johtuuko tasa-arvoisuuden tuoma parempi

terveys siitä, että köyhiä on vähemmän, vai siitä, että eri tulotasoilla olevat ihmiset ovat terveempiä silloin, kun tuloerot ovat pienempiä? Wilkinsonin mukaan näiden kahden polun erottaminen ei ole niin tärkeää kuin on kuviteltu, koska poliittisen päätöksenteon kannalta sillä ei ole juuri väliä.

Ystävyyden vai statushierarkiat?

Wilkinson kirjoittaa pitkästi myös ystävyydestä. Hänen mukaansa sosiaalinen status ja ystävyys ovat saman kolikon eri puolia. Eläinmaailmassa dominanssijärjestykset perustuvat yleensä voimaan ja pakottamiseen, riippumatta muiden yksilöiden tarpeista. Ystävyyteen sen sijaan kuuluu vastavuoroisuutta, jakamista ja toisen tarpeiden tunnistamista.

Wilkinsonille status ja ystävyys ovatkin vastakkaisia tapoja olla vuorovaikutuksessa: voimaan ja valtaan perustuva dominanssi ja alistuminen tai molemminpuolisuuteen ja sosiaalisiin velvoitteisiin ja sitoumuksiin perustuva vaihtosuhde. Resurssien jakaminen ja lahjojen antaminen ovat toimivia sosiaalisia strategioita tasa-arvoisissa yhteiskunnissa, mutta dominanssijärjestyksissä vastaava anteliaisuus joutuu helposti hyväksikäytön tai riiston kohteeksi. Vastaavasti käyttämällä dominanssistrategiaa tasa-arvoisissa yhteisöissä tulee helposti suljetuksi pois yhteistyötä tekevästä ryhmästä.

Toistuva jakaminen ja lahjojen anto muistuttavat siitä, että tasa-arvoisissa ystävyydessä kyse on osin kilpailun ”kieltävästä” sopimuksesta. Lahjojen ja ruoan jakamisen symbolinen merkitys (jopa markkinatalouksissa) näkyy esimerkiksi siinä, että vaikka tarjoutuisit maksamaan takaisin ystävältä lainaamasi postimerkin, et ikinä ehdottaisi maksavasi ruokaa, jonka hän sinulle vieraanvaraisuuttaan tarjosi. Ystävyys ei tietysti ole vain kilpailun välttämistä, vaan siihen liittyy myös liittolaisuus, joka varsinkin ristiriitatilanteissa toimii sellaisenaan resurssina.

Väkivaltaa ja ylellisyyskumea

Ystävyyden jälkeen Wilkinson käsittelee väkivaltaa. Kun tarkastellaan väkivallan esiintymistä, huomataan helposti, että näkyvimmit väkivallan muodot eivät ole köyhien ja rikkaiden välillä (paitisi vallankumouksissa). Väkivalta tapahtuu köy-

himmillä alueilla köyhien itsensä keskuudessa. Suhteellinen köyhyys ja väkivalta siis liittyvät toisiinsa, mutta väkivaltaisilla alueilla kuolleisuus on korkeaa myös muista syistä. ”Joten jos ymmärrämme väkivallan ja epätasa-arvon välisen yhteyden, saatamme ymmärtää myös yhteyden terveyden ja epätasa-arvon välillä” (Wilkinson 2001, 25).

Väkivaltaisia miehiä vuosikymmeniä tutkinut James Gilligan (1999) kirjoitti väkivallan tunneperustasta seuraavasti: ”En ole vielä nähnyt vakavaa väkivallantekoa, joka ei olisi johtunut häpeän, nöyryytyksen, epäkunnioituksen tai naurunalaisuuden tuntemuksista ja joka ei pyrkisi estämään tai palauttamaan tätä kasvojen menetystä – riippumatta siitä, kuinka vakava rangaistus teosta tulee.” Wilkinsonin mielestä tässä on selkeä yhteys epätasa-arvoisuuteen (2001, 27): ”suuret tuloerot tarkoittavat sitä, että suurempi määrä ihmisiä on suljettu pois sellaisista työpaikoista ja tuloista, jotka ovat tavanomaisia statuksen lähteitä. – Se, että väkivaltarikokset, mutta eivät omaisuusrikokset, liittyvät epätasa-arvoon (ainakin USA:n osavaltioissa) viittaa siihen, että suhteellisessa puutteessa ratkaisevaa ei ole niinkään matalampi elintaso sellaisenaan vaan se, miten se loukkaa arvokkuutta ja kunnioitusta sekä synnyttää tunteen alempiarvoisuudesta”.

Myös Marx kirjoitti siitä, kuinka talo saa olla suuri tai pieni, kunhan sitä ympäröivät talot ovat samankokoisia, mutta jos rinnalle nousee palatsi, isommastakin talosta tulee hökkeli, jonka seinien sisällä asukkaat tuntevat olonsa epämiellyttäväksi ja epätyytyttäväksi. Wilkinson siteeraa Adam Smithiä, joka kirjoitti toisessa pääteoksessaan (Theory of Moral Sentiments) seuraavasti: ”Mitä ovat hyödyt, joita väitämme saavuttavamme sillä ihmiselämän suurella tavoitteella, jota kutsumme olojemme parantamiseksi? Näitä etuja ovat tulla huomatuksi, tulla huomioon otetuksi ja tulla hyväntahtoisesti hyväksytyksi.”

Se, että ihmisellä on voimakas taipumus sosiaaliseen vertailuun, on puolestaan taloustieteillä Robert Frankin (1999) mukaan saanut aikaan kiihtyvän kulutuskieirteen, suoranaisten ylellisyyskumeen: nekin, joilla ei siihen olisi varaa, pyrkivät kuluttamisella ylläpitämään sosiaalista kunnioitusta. Juliet Schor (1998) puolestaan väittää, että 1980- ja 1990-luvulla tuloerojen kasvun seurauksena miljoonat amerikkalaiset tunsivat olonsa köyhemmiksi huolimatta siitä, että heillä absoluuttisesti mitattuna oli enemmän.

Epätasa-arvon biologiaa

Yhden luvun verran Wilkinson käsittelee myös krooniseen stressiin liittyviä biologis-fysiologisia tekijöitä. ”Kun eloonjääminen on kiinni valppaudesta, reaktionopeudesta tai kyvystä juosta pakoon, kaikki elimistön biologiseen ’taloudenhoitoon’ kuuluvat tehtävät, kuten kudosten ylläpito, immuunipuolustus, kasvu ja ruoansulatus, voidaan siirtää tuonnemmaksi. Kun hätätilanne on ohi, lyhyen taistelun tai paon jälkeen, mitään ei ole menetetty siinä, että resursseja suunnattiin hetkeksi toisaalle. Mutta kun levottomuus ja kiihtyminen jatkuvat viikkojen, kuukausien tai vuosien ajan, terveysvaikutukset alkavat kasaantua” (Wilkinson 2001, 37). Hän esittää myös mielenkiintoisen hypoteesin, että raskaudenaikainen stressi ja lapsuuskokemukset valmistaisivat yksilön hormonaaliset reaktiot sellaiseen yhteiskuntaan ja sosiaalisiin suhteisiin, joissa hänen pitää myöhemmin elää.

Kun Mind the Gapin pääteesejä tarkastellaan suhteessa muihin eläimiin, ne vaikuttavat lähes itsestään selviltä. Kyvyn tehdä sosiaalista vertailua, vähintäänkin voiman ja arvoaseman suhteen, täytyy olla osa minkä tahansa eläimen taitoja, jos se haluaa välttää hyödyttömiä ja vaarallisia konflikteja. Ihmisellä sosiaaliseen vertailuun ja kirjanpitoon kehittyi vain huomattavasti muita kädellisiä monimutkaisempia mielenrakenteita. Meidän on syytä tunnustaa kykymme ja vahvuutemme (”markkina-arvomme”) aina, kun haluamme houkutelua puolisoita ja ystäviä tai välttää hyväksikäytöltä. Ja miten muuten ihmiset tunnistaisivat ominaisuutensa ja arvonsa kuin muiden kautta ja jatkuvalla vertailulla? Käsitys itsestä tulee muiden silmin.

Nyky-yhteiskuntaan verrattuna kaikki tunnetut metsästäjä-keräilijäyhteisöt ovat (olleet) luokattomia ja huomattavan tasa-arvoisia. Esivanhemmamme elivät satojatuhansia vuosia tällaisissa yhteisöissä. Näin ollen olisi aika kummallista, että epätasa-arvolla ei olisi terveysvaikutuksia tai että ne eivät tulisi sosiaalisen ahdistuksen aiheuttamasta kroonisesta stressistä ja jatkuvasta alempi-

arvoisuuden osoittamisesta. Individualismin nousu on saattanut entisestään lisätä epätasa-arvon merkitystä. Kiinteät (perhe- ja sukulais-)yhteisöt ovat hajonneet ja vain harvalla ystävät säilyvät läheisinä läpi elämän. Maantieteellisesti ja sosiaalisesti liikkuvissa massayhteisöissä, joissa sosiaalinen status pitää aina uudelleen ja uudelleen ansaita ja esittää ja joissa toistuvasti kohtaamme ihmisiä, joita emme ole ennen tavanneet, huoli ja ahdistus omasta julkisuuskuvasta on jatkuva. Ja kun oma asema ei näytäkään hyvältä, ihminen usein reagoi paitsi sairastumalla myös käyttämällä alkoholia ja/tai syömällä liikaa.

Wilkinsonin mukaan kehittyneessä maailmassa jopa puolet populaation terveyden, murhatilastojen ja yhteisöllisyyden variaatiosta näyttää johtuvan yksinomaan tulojen epätasa-arvoisuudesta. Lisäksi epätasa-arvon sosiaaliset vaikutukset voivat näkyä myös kokonaan uusissa tilanteissa: ”ihmiset, jotka kokevat häpeää ja alempiarvoisuutta, saattavat pyrkiä saamaan uudelleen tuntemuksensa statuksesta ja kunnioituksesta vakuuttamalla ja vaatimalla ylemmyyttään suhteessa maahanmuuttajiin tai muihin haavoittuvampiin etnisiin ja uskonnollisiin vähemmistöihin”. Ja vaikutukset saattavat ulottua myös kansantaloudelliselle tasolle (Wilkinson 2001, 70): ”suurempi tasa-arvoisuus liittyy pikemminkin nopeaan kuin hitaaseen talouskasvuun”. Lyhyt kirja loppuu seuraavaan ajatukseen: ”Jos haluamme parantaa terveyttä tai sosiaalista pääomaa, jos haluamme vapauttaa itsemme epäsosiaalisista ennakkoluuloista ja luoda laajapohjaisemman yhteiskunnan, epätasa-arvoisuuksien vähentämisen täytyy varmasti olla tärkeimpiä poliittisia päämääriä”.

Valitettavasti emme ainakaan vielä voi varmasti sanoa, pitävätkö väitteet tuloeroista ja terveydestä paikkansa. Tilastoissa on valehdeltu niin monta kertaa ennenkin. Onko kaikki merkittävät muutujat otettu huomioon? Mutta mikäli Wilkinsonin teesit ovat puoliksikaan tosia, ne ovat tavattomia. Melkein toivoisin, että asiat eivät olisi niin yksioikoisia. Mind the Gapin argumentaatiosta on joka tapauksessa vaikea olla pitämättä.

KIRJALLISUUS

- FRANK, ROBERT: *Luxury Fever*. New York: Free Press, 1999
- GILLIGAN, JAMES: *Violence: Our Deadly Epidemic and Its Causes*. New York: Jessica Kingsley, 1999
- RIDLEY, MATT: *Nature via Nurture*. London: Fourth Estate, 2003

- SCHOR, JULIET: *The Overspent American: When Buying Becomes You*. New York: Basic Books, 1998
- SMITH, ADAM: *The Theory of Moral Sentiments*. New York: Prometheus Books, 2000/1854
- WILKINSON, RICHARD G.: *Mind the Gap – Hierarchies, health and human evolution*. Yale University Press, 2001.